

på tallriken

Inköpslista

Chutneyglaserad oxfilé tournedos med nudelsallad & en grym sås "asian style"

8 personer:

- Oxfilé (1 kg / ca 125 g/ pers)
- Ingefära (2 msk finriven färsk)
- Schalottenlökar (2 st)
- Vitlök (2 klyftor)
- Salladslök (3 st)
- Pak choi (1 st (asiatisk typ salladskål))
- Shiitakesvamp (ca 100 g)
- Röd chili (1 st)
- Edamamebönor (100 g skalade frysta)
- Risnudlar (8 portioner)
- Mango chutney (1 1/2 dl)
- Matolja (2 msk)
- Smör (att steka köttet i)
- Kalvfond (4 msk konc. på flaska)
- Japansk soja (drygt 1/2 dl)
- Sesamolja (1 msk)
- Honung (flytande 2 msk)
- Sambal oelek (1 msk + 1/2 tsk)
- Rödvin (3 dl)
- Maizena majsstärkelse (2 tsk)
- Sesamfrön (1/2 dl)
- Salt
- Svartpeppar